## **أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب**
## **لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقليا والعاديين بالمملكة العربية السعودية**

**الدكتورة/ أميرة طه بخش ـ أستاذ مشارك ـ كلية التربية ـ جامعة أم القرى ـ مكة المكرمة**

**ملخص:**

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين عقليـا والعـاديين بالمملكـة العربيـة السعودية. وتكونت عينة الدراسة من (120) أماً منهن (60) أمهات لأطفال عـاديين، و(60) أما لأطفال معاقين عقلياً تم تطبيق مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومقياس القلق ومقياس بيـك للاكتئاب عليهن. وباستخدام معاملات الارتباط واختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسـطات؛ أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة وموجبة بين أبعاد أحداث الحياة الضاغطة وبين كـل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين وعينة أمهات الأطفال غيـر العـاديين، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العـاديين وأمهات الأطفال غير العاديين في كل من القلق والاكتئاب وأحداث الحياة الضاغطة.

## **Life Pressing Events as Related to Anxiety and Depression in a Sample of Mentally Retarded Children's Mothers and Normal Children's Mothers in Saudi Arabia**

**Abstract:**

*The study aimed at identifying the relationship between pressing events in life as related to anxiety and depression in two samples of mothers - one of mentally retarded children and the other of normal children in Saudi Arabia. The sample consisted of 120 mothers, 60 were of normal children and the other 60 were of mentally retarded children. The Life Pressing Events Scale, Anxiety Scale, and Depression Scale were administered to the samples. Using appropriate statistical treatments involving t-tests and correlation coefficients, findings indicated that there is a positive and significant correlation between the dimensions of pressing life events and anxiety on the one hand and depression on the other in normal children's mothers and in mentally retarded children's mothers. Findings also showed statistically significant differences between normal children's mothers and mentally retarded children's mothers on anxiety, depression and life pressing events.*

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**مقدمة:**

أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات؛ وإن كان ذلك بـدرجات متفاوتة، ويحدد هذا التفاوت عدة عوامل من بين أهمها طبيعة المجتمعات ودرجـة تحضـرها وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل والاعتماد المتبادل بين المؤسسات والأفراد وندرة المـوارد وشدة الصراع للفوز بجانب من تلك الموارد والمزايا وكذلك تعاظم سرعة معدل التغيير فـي تلك المجتمعات وما تفرضه على نمط الحياة فيها، لدرجة دعـت الكثيـرين لتسـمية العصـر الحديث بعصر الضغوط. وبالتالي، أصبحت الضغوط النفسية هي سمة العصر، وغدت مظهراً طبيعياً من مظاهر الحياة الإنسانية لا يمكن تجنبه، فحياتنا العصرية تتميز بالتعقيـد، والتغييـر السريع المتلاحق، مما يجعل الفرد في أي مرحلة من مراحل حياته يشعر بالعجز، وعدم فهـم هذه التغييرات وبالتالي يزداد لدية الشعور بالإحباط والتوتر والقلق، ولا سيما لدى آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

حيث أشارت نتائج العديد من الدراسات (Eric & Johnston, 1988; Lee, 1988; Wolfe, 1989; Behle & Akers, 1991; Rodriguer & Murphy, 1997) إلـى أن الأطفال المعوقين يشكلون خطرا وضغطا وقلقا مرتفعا لدى أمهاتهم ٍوأن هؤلاء الأمهات أكثـر عرضة للاكتئاب الشخصي، ولديهن مشاكل انفعالية وتعانين من درجة عالية مـن الضـغوط، وأن إعاقة الطفل يكون لها نتائج عكسية على سعادة الوالـدين لمطالـب الإعاقـة الطويلـة، والرعاية الخاصة، والقلق بشأن مستقبل الأبناء.

كما بين ميلز (Miles, 1986) أن السلوك المشكل الذي يمارسه الطفل المعوق يشكل ضغطا كبيرا على الوالدين، وتختلف درجة الاكتئاب والقلق من أسرة لأخرى حسـب شـعور هذه الأسرة بدرجة الإعاقة.

ولما كانت أحداث الحياة وضغوطها السلبية تشير إلى تغيرات داخلية وخارجيـة، لـذا تؤدى إلى استجابات انفعالية حادة ومستمرة للفرد، وبعبارة أخرى تمثل الأحداث الخارجية بما فيها ظروف العمل والتلوث البيئي والخلافات الأسرية ضغوطاً في ذلك مثل الأحداث الداخليـة أو التغيرات العضوية كالإصابة بالمرض أو القلق أو التغيرات الهرمونية الدورية. (إبـراهيم، 1998: 119). وهذه الضغوط تحتاج إلى أساليب مواجهة لتحقيق قدر كاف من الرضا، كمـا يمكن القول: إن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة إنما يمثل إحـدى المشـكلات الهامـة لكـل الأجيال؛ وليس لأسر المعاقين بصفة عامة وأمهاتهم بصفة خاصة، خاصة في هـذا العصـر المضطرب والمزدحم بالأحداث الضاغطة المؤثرة على شخصية الفرد وتوافقه.

لذلك لقي مفهوم الضغوط الحياتية في علاقته بكل من السواء النفسـي أو الاضـطراب اهتماما كبيرا من الدارسين، فقد تزايدت في الآونة الأخيرة الدراسات التي تبرز الصـلة بـين

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

أحداث الحياة الضاغطة – سواء تلك المتعلقة – بأحدث رئيسية كالفقد أم تلـك التـي تتنـاول ضغوطاً اقل وقعا وشدة – وبين أشكال المعاناة النفسية (سلامة، 1991).

فقد أشار جونسون وساراسون ( Johnson & Sarason, 1986) إلى أن هناك تأثيرًا لأحداث الحياة الضاغطة على الوظائف النفسية والفسيولوجية للفرد. كما بين كوبازا وبوكيت (Kobasa & Puccetti, 1983) وجود علاقة دالة وموجبـة بـين إدراك أحـداث الحيـاة الضاغطة وبين المرض الجسمي والاكتئاب، كما أشارا إلى أن افتقاد المساندة وكـذلك افتقـاد الصلابة النفسية يرتبطان بالاكتئاب والمرض الجسمي، وبغض النظر عـن مسـتوى وشـدة الضغوط فإن الأشخاص الأعلى في الصلابة النفسية أقل مرضا من الأقل صـلابة، كمـا أن المساندة من الرؤساء تلعب دورا هاما بجانب المساندة من الأسرة للوقاية من أثر الضغوط في العمل.

وأظهر جانيلين وبلاني (Ganellen & Blaney, 1984) أن الصلابة النفسية تتفاعل مع المساندة الاجتماعية كي تخفف من حدة وقع الضـغوط علـى الفـرد، كمـا أن المسـاندة الاجتماعية تقوي المصادر النفسية وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والأهمية ومن قدرتـه علـى التحدي مما يجعله أكثر نجاحا في مواجهة الضغوط، كما أشارا إلى وجود ارتباط موجـب دال بين إدراك الضغوط وبين الاكتئاب لدى طالبات الجامعة، إلا أن هذه العلاقة تقل مـع وجـود الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية اللذان يخففان من وقع الضغوط.

وقد اتفق كل من هولاهان ومـوس (Holahan & Moos, 1985) مـع كوبـازا وبوكيت (Kobasa & Puccetti, 1983) في أن هناك متغيرات نفسية واجتماعيـة تسـاعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط، حيث أشـارا إلـى أن البيئة الأسرية التي تتسم بالدفء والحب والتماسك وحرية التعبير عـن الـرأي والمشـاعر، والدعم والتشجيع أثناء التعرض للضغوط تجعل الفرد أكثر صـلابة وفاعليـة وقـدرة علـى المواجهة وأقل اكتئابا كما أشارا إلى أن هناك فروقا بين الـذكور والإنـاث فـي متغيـرات الشخصية والمساندة الاجتماعية، فالرجال أكثر ثقة بالنفس وأكثر صلابة مـن النسـاء، بينمـا النساء أكثر سعيا للمساندة الاجتماعية في مواجهة الضغوط.

على جانب آخر يشير ريتشارد سوين إلى أن القلق عبارة عن حجر الزاوية في كـل نوع من أنواع السيكوباثولوجيا ويعني وجوده نذيراً بالخطر الذي يتهدد امن الفـرد وسـلامته النفسية وتقديره لذاته وإحساسه بالسعادة والرضا وهو أمر مصاحب للصراع كما انه هو ذاتـه مرتبط بمصاحبات فسيولوجية (ريتشارد سوين، 1979: 79).

ويشير كاتل إلى أن هناك مفهومين للقلق يتعلق المفهوم الأول بقلق الحالـة State of Anxiety وهو ينشا عن حالة انفعالية تحدث للفرد ومن صفتها أنها متفاوتة الشدة ومؤقتـة،

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

أما المفهوم الثاني فهو سمة القلق Trait of Anxiety وهو يشير إلى الاستعداد المسبق لــدى الفرد والميل إلى الاستجابة نحو ما يتعرض له من مواقف تهدده مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى القلق لديه (عثمان، 1993: 39).

كما يؤكد الربيعة (1997: 30) على أن الاكتئاب يعكس اضــطراباً فــي العلاقــات والمهارات الاجتماعية للأفراد، كما أنه يرتبط بدرجة كبيرة بفقــدان الثقــة بــالنفس، وكــذلك بالشعور بالوحدة النفسية. ويقــرر أندرســون (Anderson, 2000, 96-98) أن المكتئبــين يفتقدون علاقاتهم بالمحيطين بهم ولا يحسنون التعبير عن أنفسهم ويفتقدون مصــادر المســاندة الاجتماعية، إلى جانب نظرتهم اللاتوافقية لذواتهم، وضعف في مهــارات التحصــيل لــديهم، وتكوين الأفكار السالبة لذواتهم ومستقبلهم، ويتوقعون كثيراً من أشكال العزلة الاجتماعية. كمــا يرى باندورا (Bandura, 1991, 249) أن المكتئبين أقل فعالية في تنظيم الذات، كذلك يؤدي الاكتئاب إلى انخفاض الثقة بالنفس، وفقدان ضبط الذات.

يتضح مما سبق أن أحداث الحياة الضاغطة تزداد حدتها نظرا لطبيعة العصــر الــذي نعيش فيه، والتغيرات السريعة المتلاحقة في التقدم العلمي والتكنولوجي الذي جعل العالم قريــة كونية واحدة، كما أن هذه الأحداث من شأنها أن تؤثر على الحالة النفسية للفرد، ومن بين هذه المتغيرات التي يمكن أن تتأثر بأحداث الحياة الضاغطة القلق والاكتئاب. ويزداد الأمر أهميــة من حيث التعرض له وتناوله إذا تحدثنا عن أمهات الأطفال المعاقين عقليا بما يســببه وجــود شخص معاق بالأسرة من اضطراب وحالة نفسية سيئة عند الكثير من الأمهات، حيــث أشــار جاك س. استيورت (1996) إلى أن وجود طفل معاق بالأسرة عادة ما يغير الأسرة كوحــدة اجتماعية بعدة طرق؛ فقد يصاب الآباء والأبناء بالصدمة وخيبة الأمل والغضــب والاكتئــاب والشعور بالذنب والحيرة كرد فعل لوجود مثل هذا الطفل.

ولهذا نبعت مشكلة الدراسة الحالية والتي تهدف إلى التعرف على العلاقة بين أحــداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعــاقين عقليــا وعينة من أمهات الأطفال العاديين.

**مشكلة الدراسة:**

يذكر دوهرنويند (DohRenwend, 1981) أن الأحداث الحياتية تواجه باســتجابات مختلفة بالنسبة للأفراد وهذا الاختلاف يرجع إلى مجموعة من العوامل الشخصية والاجتماعية التي يتميز بها كل فرد عن الآخر.

وموضوع ضغوط أحداث الحياة لم يقف فقط عند حد علاقته بالأمراض البدنية وإنمــا بدأ إسهام الباحثين في مجال التوافق والاضطرابات النفسية واضحاً من خلال البحوث المتعددة في هذا المجال، فقد أتضح وجود علاقة بين هذه الضغوط وانخفــاض المســتوى الأكــاديمي

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

للأفراد (Egelaned, 1981) والتوافق الدراسي (Fontana & Dovidi, Sterling, 1985) (1984 وعلاقة الضغوط بمتغير الإهمال واللامبالاة (Vaux & Ruggier, 1983) وتعاطي المخدرات (Hunt, 1992) (Gad & Johnson, 1980) (Johnson & Roberts, 1995) والاكتئاب والانسحاب الاجتماعي (Feeiner, 1984).

والأفراد يختلفون في سرعة تأثرهم بالضغوط الحياتية تبعا لحالتهم النفسية، حيث إن الحالة النفسية للفرد تتوسط العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاضطرابات النفسية والجسمية، ويؤكد ذلك بيك وآخرون (Beck & Others, 1981) وأضافا من خلال دراستها أن تأثيرات ضغوط الحياة على الأفراد يعود إلى فقدان المساندة الاجتماعية وأن أحداث الحياة الضاغطة ترتبط ايجابيا ببعض جوانب الشخصية مثل سمة القلق والاكتئاب.

وبين بيلينجز وموس (Billngs & Moos, 1984) أن هناك علاقة دالة وموجبة بين الاكتئاب وأحداث الحياة الضاغطة، كما أن المساندة الاجتماعية تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد ولكن تأثير المساندة الاجتماعية يتوقف على مدى إدراك الفرد واعتقاده في قوة وكفاية الدعم. وتوصل عبدالمعطي (1992) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط المرتفعة وزيادة حدة الأعراض المرضية الكلينيكة: السيكوسوماتية، القلق، والاكتئاب، البارانويا، العصاب القهري، الهستيريا، توهم المرض، الأرق الليلي. ووجود فروق دالة بين ذوى الضغوط المرتفعة وذوى الضغوط المنخفضة في الأعراض الكلينيكية المرضية. حيث كان ذووا الضغوط المرتفعة أكثر معاناة للأعراض المرضية، أما أصحاب الضغوط المنخفضة فكانوا في مستوى أفضل للصحة النفسية.

واتساق مع ما تقدم فإنه يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

**السؤال الأول:**

هل توجد فروق في أحداث الحياة الضاغطة بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين؟

**السؤال الثاني:**

هل توجد فروق في درجة القلق بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين؟

**السؤال الثالث:**

هل توجد فروق في درجة الاكتئاب بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين؟

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**السؤال الرابع:**

هل توجد علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال المعاقين؟

**السؤال الخامس:**

هل توجد علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين؟

**فروض الدراسة:**

صاغت الباحثة فروض الدراسة على النحو التالي:

**الفرض الأول:**

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أحداث الحياة الضاغطة بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

**الفرض الثاني:**

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة القلق بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

**الفرض الثالث:**

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاكتئاب بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

**الفرض الرابع:**

توجد علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال المعاقين.

**الفرض الخامس:**

توجد علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين.

**أهمية الدراسة:**

يحتل موضوع ضغوط أحداث الحياة مكانة متميزة في تراث علم النفس، ويتضح ذلك من خلال تعدد الأبحاث سواء الخاصة بعلاقة أحداث الحياة الضاغطة بالأمراض البدنية أو تلك المتعلقة بالمتغيرات النفسية والتوافق والاضطرابات العقلية.

كما أن النتائج التي تخرج بها هذه الدراسة قد تسهم بشكل إجرائي في تطوير وإعداد الكثير من البرامج والعلاجات الخاصة بالتحصين ضد الضغوط والإقلال من حدتها وخطورتها فالتصدي لدراسة موضوع ضغوط أحداث الحياة لا يقف فقط عند حد عرض المؤشرات

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

الكمية والكيفية للدراسات، وإنما الاستفادة الإجرائية منها في تصميم وإعداد البرامج الإرشادية والعلاجية والتدريبية.

من جانب آخر بين كل من راش (Rache, 1997) وماهونى (Mahoney, 1997) أن البحث والدراسة في مجال أحداث الحياة والضغوط النفسية المرتبطة بهـا وآثارهـا علـى الإنسان ينبغي ألا تتوقف بل ويجب أن تستمر الدراسات العلمية (النظريـة) وكـذلك البحـث التجريبي.

**مصطلحات الدراسة:**

**أحداث الحياة الضاغطة**

أي تغير داخلي أو خارجي من شأنه أن يؤدى إلى استجابة انفعالية حـادة ومسـتمرة، وتمثل الأحداث الخارجية بما فيها العمل والصراعات الأسرية ضغوطاً في ذلك مثل الأحـداث الداخلية أو التغيرات العضوية كالإصابة بالمرض أو الأرق أو التغيرات الهرمونية الدوريـة. (إبراهيم، 1998: 119).

وتعرف أحداث الحياة الضاغطة إجرائيا بالدرجة الكلية التي تحصل عليها الأم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة المستخدم في الدراسة الحالية.

**الاكتئاب:**

يعرفه عبدالفتاح (2000: 26) بأنه خبرة وجدانية ذاتية تتبدي في أعراض الحزن والتشاؤم والشعور بالفشل والرغبة في نداء الذات والتردد والإرهاق وفقدان الشهية والانسحاب الاجتماعي ومشاعر الذنب وكراهية الذات وعدم القدرة على بذل أي جهد.

ويعرف الاكتئاب إجرائيا بالدرجة الكلية التي تحصل عليها الأم على مقياس الاكتئاب المستخدم في الدراسة الحالية.

**القلق:**

يعرفه عبدالخالق بأنه خوف مزمن دون مبرر موضوعي مع توافر أعـراض نفسـية وجسمية شتى دائمة إلى حد كبير (عبدالخالق، 2001: 337).

ويعرف القلق إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص علـى مقيـاس قلـق السمة المستخدم في هذه الدراسة.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**إجراءات الدراسة**

**أولاً: منهج الدراسة:**

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.

**ثانيا: عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة من (120) أما منهن (60) أما لأطفال معاقين عقليا، بمتوسط عمري (44.5) سنة و(60) أما لأطفال عاديين بمتوسط عمري قدره 44.7 سنة. وقد راعت الباحثة عند اختيار العينة ضبط بعض المتغيرات الديموجرافية كالعمر. ومستوى التعليم (كلهن تعليم متوسط)، مستوى الدخل (2000ريال)، محل الإقامة (منطقة الطائف).

**ثالثا: أدوات الدراسة:**

اعتمدت الدراسة الحالية على الأدوات التالية:

1- **مقياس ضغوط أحداث الحياة من إعداد رشاد وأبوالخير (1999)**
2- **قائمة بيكBeck للاكتئاب: ترجمة وتعريب عبد الفتاح (2000)**
3- **مقياس القلق تعريب وإعداد عبد الخالق (1992)**

وفيما يلي عرض لكل أداة من هذه الأدوات بشيء من التفصيل:

***1- مقياس ضغوط أحداث الحياة من إعداد رشاد وأبوالخير (1999)***

يتكون المقياس من بعدين رئيسين هما:

**البعد الأول: الضغوط الخارجية: ويتكون من 32عبارة موزعين على أربع أنساق فرعية هي:**

أ- ضغوط وقت الفراغ (8) عبارات.

ب - ضغوط اقتصادية (8) عبارات.

ج - ضغوط فقد المكانة والأهمية (8) عبارات.

د- ضغوط أسرية وعائلية (8) عبارات

**البعد الثاني: الضغوط الداخلية ويتكون من 18 عبارة موزعين على نسقين فرعيين هما:**

أ- ضغوط صحية (أمراض عضوية) (8) عبارات.

ب - ضغوط نفسية (10) عبارات.

وبذلك يتكون المقياس في صورته النهائية من50 عبارة.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**- ثبات المقياس:**

قام معدا المقياس بحساب ثبات المقياس بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

**جدول رقم (1)**

**معاملات ثبات المقياس بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ كما قام بها معدا المقياس**

| الأبعاد | معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية | | ألفا كروبناخ |
|---|---|---|---|
| | سبيرمان براون | جتمان | |
| الأول | 0.66 | 0.62 | 0.73 |
| الثاني | 0.90 | 0.90 | 0.90 |
| الثالث | 0.72 | 0.72 | 0.81 |
| الرابع | 0.80 | 0.80 | 0.80 |
| الخامس | 0.76 | 0.76 | 0.84 |
| السادس | 0.81 | 0.81 | 0.79 |

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الثبات على عينة مكون من (60) أما لأطفال معاقين وعاديين بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ويوضح الجدول التالي نتائج ذلك.

**جدول رقم (2)**

**معاملات ثبات المقياس بطريقتي التجزئة النصفية وألفا كرونباخ كما قامت به الباحثة**

| الأبعاد | معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية | | ألفا كرونباخ |
|---|---|---|---|
| | سبيرمان براون | جتمان | |
| الأول | 0.67 | 0.66 | 0.74 |
| الثاني | 0.88 | 0.87 | 0.89 |
| الثالث | 0.71 | 0.70 | 0.82 |
| الرابع | 0.83 | 0.83 | 0.84 |
| الخامس | 0.79 | 0.79 | 0.83 |
| السادس | 0.80 | 0.80 | 0.81 |

وهي قيم مرتفعة ومرضية للمقياس لكي نطمئن ونثق في نتائجه.

**- صدق المقياس:**

قام معدا المقياس بحساب صدق المقياس بطريقة الصدق العاملي، كما هو موضح في الجدول التالي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**جدول رقم (3)**

**يوضح الصدق العاملي للمقياس كما قام به معدا المقياس**

| الأبعاد | التشبعات | الاشتراكيات |
|---|---|---|
| 1- ضغوط وقت الفراغ | 0.77 | 0.59 |
| 2 ضغوط الاقتصادية | 0.73 | 0.54 |
| 3- ضغوط المكانة والأهمية | 0.86 | 0.75 |
| 4- ضغوط أسرية وعائلية | 0.78 | 0.60 |
| 5- ضغوط صحية (عضوية) | 0.77 | 0.59 |
| 6- ضغوط نفسية | 0.77 | 0.59 |
| الجذر الكامن: 3.65 | | |
| نسبة التباين: 60.9 | | |

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الصدق لكل عبارة (مفردة) مــن عبــارات المقياس عن طريق صدق الاتساق الداخلي وكانت معاملات الارتباط دالة إحصائياً فيما بــين 0.01، 0.05 كما هو موضح بالجدول التالي:

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**جدول رقم (4)**

**يوضح صدق الاتساق الداخلي للمقياس كما قامت به الباحثة**

| رقم العبارة | معامل الارتباط | رقم العبارة | معامل الارتباط |
|---|---|---|---|
| 1 | **0.47 | 26 | **0.80 |
| 2 | **0.55 | 27 | **0.77 |
| 3 | **0.66 | 28 | **0.62 |
| 4 | **0.72 | 29 | **0.74 |
| 5 | **0.65 | 30 | **0.58 |
| 6 | **0.60 | 31 | **0.69 |
| 7 | *0.34 | 32 | **0.79 |
| 8 | **0.60 | 33 | **0.70 |
| 9 | **0.65 | 34 | **0.64 |
| 10 | **0.60 | 35 | **0.69 |
| 11 | **0.62 | 36 | **0.61 |
| 12 | **0.50 | 37 | **0.69 |
| 13 | **0.51 | 38 | **0.71 |
| 14 | **0.66 | 39 | **0.67 |
| 15 | **0.60 | 40 | **0.66 |
| 16 | **0.69 | 41 | **0.64 |
| 17 | **0.72 | 42 | **0.72 |
| 18 | **0.59 | 43 | **0.61 |
| 19 | **0.55 | 44 | **0.69 |
| 20 | **0.61 | 45 | **0.59 |
| 21 | **0.62 | 46 | **0.62 |
| 22 | **0.60 | 47 | **0.60 |
| 23 | **0.72 | 48 | *0.33 |
| 24 | **0.80 | 49 | *0.61 |
| 25 | **0.81 | 50 | **0.75 |

* دالة عند 0.05 ** دالة عند 0.01

**تصحيح المقياس:**

يصحح المقياس وفقاً لثلاثة مستويات حسب شدة الحدث على النحو التالي: شديد (ثلاث درجات)، متوسط (درجتان)، ضعيف (درجة واحدة) وعلى هذا تتراوح الدرجة الكلية للمقياس من50 درجة كحد أدنى إلى 150 درجة كحد أعلى.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

***2- قائمة بيك Beck للاكتئاب: ترجمة وتعريب عبدالفتاح (2000):***

تتكون القائمة من 21 مجموعة من العبارات، يتعلق كل منها بعرض من أعراض الاكتئاب وتتدرج بحسب الشدة في أربع عبارات بجوار كل عبارة درجة موضوعة، تتراوح بين صفر، وثلاث درجات، ويقوم الفرد بوضع دائرة حول الدرجة الموضوعة للعبارة التي يرى أنها تنطبق عليه، ويتراوح مجموع الدرجات على هذه الأداة بين صفر، 63 درجة.

**صدق القائمة:**

قام مترجم القائمة بحساب صدقها بالطريقتين الآتيتين:

أ- **الصدق العاملي**: وقد أسفر هذا الإجراء عن وجود عاملين هما: الأول عامل البعد المعرفي و الوجداني للاكتئاب، و الثاني هو البعد الجسدي للاكتئاب.

ب- **الصدق التلازمي**: حيث تم حساب الارتباط بين القائمة الحالية و بين كل من مقياس بيك الأول المعدل، ومقياس توكيد الذات، و مقياس القلق، وجاءت معاملات الارتباط موجبة ودالة عند مستوى (0.01) مع مقياس بيك الأول المعدل ومقياس القلق، بينما جاءت سالبة ودالة عند مستوى 0.01 مع مقياس توكيد الذات لدى الجنسين ذكوراً وإناثا.

وفي إطار الدراسة الحالية قامت الباحثة بتقدير صدق المقياس عن طريق الصدق التلازمي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين القائمة وبين مقياس القلق المستخدم في الدراسة (0.66) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة (0.01).

**ثبات القائمة:**

قام معد القائمة بحساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعان، وقد بلغ معامل الثبات 0,87.

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة كرونباخ ألفا، وقد بلغ معامل الثبات 0.85 وهو معامل ثبات مرتفع ويمكن الوثوق به علمياً.

مما سبق يتضح أن قائمة بيك تتمتع بشروط سيكومترية مرضية يمكن الاطمئنان إليها.

***3- مقياس القلق: تعريب وإعداد عبدالخالق (1992)***

تم تطوير هذا المقياس على يد سبيلبرجر Spielberger ومساعديه منذ عـام 1970 تحت مسمى قلق الحالة والسمة The State-Trait Anxiety Inventory وقام أحمـد عبـد الخالق بتعريب لهذه القائمة وإعدادها لتناسب البيئة العربية وبعد دراسة ثبات كل بنـد صـنف البنود إلى مقياسين يحتوي كل منهما على (20) بنداً أحدهما يقيس حالة القلق والآخـر وهـو المستخدم في الدراسة الحالية يقيس سمة القلق وفي هذا المقياس يطلب من المفحوصين التعبير عن شعورهم بوجه عام حيث يلاحظ أن تكرار الخبرة في كثير من المواقف تحـدد أعـراض القلق كسمة والعبارات مثل "اشعر بالسرور" تشير إلى المستوى الأدنى من قلق السمة ولـذلك

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

فهي عبارات موجبة، أما العبارات التي هي من قابيل "اشعر بالعصبية والملـــل" فتشـــير إلـــى مستوى أعلى من القلق ولذلك فهي عبارات سالبة والدرجة المرتفعة تشير إلى ارتفـــاع ســـمة القلق.

**<u>صدق المقياس:</u>**

تم حساب صدق المقياس باستخدام محك خارجي حيث حسبت معاملات الارتباط بـــين درجة هذا المقياس وكل من درجات مقياس القلق الصريح لتيلور، واختبـــار كاتـــل للعصـــبية فكانت تساوي 0.84 – 0.70 على التوالي.

وفي الدراسة الحالية تم حساب الصدق عن طريق تقدير معامل الارتباط بين المقيـــاس وبين قائمة بيك وقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.66) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مســـتوى دلالة (0.01).

**<u>ثبات المقياس:</u>**

كما يتصف المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات الذي تم حســـابه بطريقـــة الفاكرونبـــاخ حيث وصلت إلى 0.89 للذكور و0.85، للإناث في حين كانت 0.58، 0.56 للذكور وللإناث على التوالي بطريقة إعادة التطبيق.

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الثبات 0,86 وهو معامل ثبات مرتفع ويمكن الوثوق به علمياً.

مما سبق يتضح أن مقياس القلق يتمتع بشروط سيكومترية مرضية يمكـــن الاطمئنـــان إليها.

**<u>رابعا: خطوات السير في الدراسة:</u>**

- جمع الأدبيات المرتبطة بموضوع الدراسة من إطار نظري ودراسات سابقة وتصنيفها فـــي الدراسة.
- إعداد أدوات الدراسة والتأكد من مناسبتها لعينة الدراسة وذلك من خلال التأكد من صـــدقها وثباتها لعينة الدراسة.
- تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة من الأمهات لأطفال عـــاديين وأمهـــات الأطفـــال المعاقين عقليا.
- جمع وتبويب بيانات الدراسة ومعالجتها إحصائيا للإجابة عن تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها.
- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة وتقديم التوصيات والبحوث المقترحة والتـــي تـــرتبط بنتـــائج الدراسة.

**<u>خامسا: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:</u>**

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

اعتمدت الدراسة الحالية على استخدام برنامج (SPSS (VER. 10 في معالجة بيانات الدراسة والتحقق من فروضه وذلك من خلال الأساليب التالية:

1- معامل الارتباط البسيط "لبيرسون".

2- اختبار "ت" t-test لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات.

**<u>نتائج الدراسة:</u>**

**<u>نتائج الفرض الأول:</u>**

ينص الفرض الأول على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أحــداث الحيــاة الضاغطة بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، كما هو موضح في الجدول التالي:

**<u>جدول رقم (5)</u>**

**<u>نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات</u>**

**<u>أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في أحداث الحياة الضاغطة</u>**

| أحداث الحياة الضاغطة | | أمهات الأطفال العاديين | | أمهات الأطفال المعاقين | | قيمة ت | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | م | ع | م | ع | | |
| **الضغوط الخارجية** | **ضغوط وقت الفراغ** | 12.77 | 1.80 | 13.05 | 1.96 | 0.825 | غير دالة |
| | **الضغوط الاقتصادية** | 13.20 | 4.08 | 13.97 | 3.73 | 1.12 | غير دالة |
| | **ضغوط المكانة والأهمية** | 14.22 | 5.54 | 14.82 | 4.79 | 0.641 | غير دالة |
| | **ضغوط أسرية وعائلية** | 15.38 | 9.16 | 16.80 | 7.71 | 0.916 | غير دالة |
| | **الدرجة الكلية** | 63.57 | 18.85 | 66.63 | 15.90 | 0.963 | غير دالة |
| **الضغوط الداخلية** | **ضغوط صحية (عضوية)** | 16.50 | 4.39 | 16.05 | 4.02 | 0.586 | غير دالة |
| | **ضغوط نفسية** | 21.57 | 13.05 | 22.92 | 11.11 | 0.610 | غير دالة |
| | **الدرجة الكلية** | 40.07 | 16.81 | 40.97 | 14.48 | 0.314 | غير دالة |

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفــال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في إدراكهم لأحداث الحياة الضاغطة وذلك بالنسبة للضغوط الخارجية (ضغوط وقت الفراغ، والضغوط الاقتصادية وضغوط المكانة والأهمية والضــغوط الأسرية والعائلية والدرجة الكلية) وكذلك بالنسبة للضغوط الداخلية (الصحية والنفسية والدرجة الكلية). وبذلك فقد تحقق الفرض الأول للدراسة.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

**نتائج الفرض الثاني:**

ينص الفرض الثاني على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة القلق بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، كما هو موضح في الجدول التالي:

**جدول رقم (6)**

**نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات**

**أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في درجة القلق**

| العينة | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| **أمهات الأطفال العاديين** | 60 | 58.73 | 14.101 | 0.551 | غير دالة |
| **أمهات الأطفال المعاقين** | 60 | 57.27 | 15.038 | | |

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في مستوى القلق لدى كل منهما. وبذلك فقد تحقق الفرض الثاني للدراسة.

**نتائج الفرض الثالث:**

ينص الفرض الثالث على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاكتئاب بين أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد قيمة (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات، كما هو موضح في الجدول التالي:

**جدول رقم (7)**

**نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات**

**أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في درجة الاكتئاب**

| العينة | العدد | المتوسط | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|
| **أمهات الأطفال العاديين** | 60 | 37.23 | 13.800 | 0.379 | غير دالة |
| **أمهات الأطفال المعاقين** | 60 | 38.22 | 14.616 | | |

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في درجة الاكتئاب لدى كل منهما. وبذلك فقد تحقق الفرض الثالث للدراسة.

**نتائج الفرض الرابع:**

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

ينص الفرض الرابع على أنه: توجد علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال المعاقين.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد معاملات الارتباط البسيط "لبيرسون" كما هو موضح بالجداول التالية:

**جدول رقم (8)**

**مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات ضغوط أحداث الحياة**

**ودرجات القلق والاكتئاب لعينة أمهات الأطفال المعاقين (ن=60)**

| ضغوط أحداث الحياة | | المتغيرات النفسية | |
|---|---|---|---|
| | | القلق | الاكتئاب |
| الضغوط الخارجية | ضغوط وقت الفراغ | 0.39 | 0.31 |
| | الضغوط الاقتصادية | 0.44 | 0.52 |
| | ضغوط المكانة والأهمية | 0.51 | 0.42 |
| | ضغوط أسرية وعائلية | 0.49 | 0.44 |
| | الدرجة الكلية | 0.45 | 0.46 |
| الضغوط الداخلية | ضغوط صحية | 0.35 | 0.42 |
| | ضغوط نفسية | 0.57 | 0.51 |
| | الدرجة الكلية | 0.46 | 0.49 |

ر≤ 0.25 دالة عند مستوى 0.05.

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال المعاقين حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0.05 وموجبة. وبذلك فقد تحقق الفرض الرابع للدراسة.

**نتائج الفرض الخامس:**

ينص الفرض الخامس على أنه: توجد علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إيجاد معاملات الارتباط البسيط "لبيرسون" كما هو موضح بالجداول التالية:

**جدول رقم (9)**

**مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات ضغوط أحداث الحياة**

**ودرجات القلق والاكتئاب لعينة أمهات الأطفال العاديين (ن=60)**

| ضغوط أحداث الحياة | المتغيرات النفسية |
|---|---|

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

| | | القلق | الاكتئاب |
|---|---|---|---|
| الضغوط الخارجية | ضغوط وقت الفراغ | 0.36 | 0.30 |
| | الضغوط الاقتصادية | 0.45 | 0.51 |
| | ضغوط المكانة والأهمية | 0.50 | 0.41 |
| | ضغوط أسرية وعائلية | 0.50 | 0.45 |
| | الدرجة الكلية | 0.44 | 0.45 |
| الضغوط الداخلية | ضغوط صحية | 0.34 | 0.41 |
| | ضغوط نفسية | 0.56 | 0.52 |
| | الدرجة الكلية | 0.45 | 0.47 |

ر≤ 0.25 دالة عند مستوى 0.05.

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0.05 وموجبة. وبذلك فقد تحقق الفرض الخامس للدراسة.

**مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:**

لقد هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة من أمهات الأطفال المعاقين وعينة من أمهات الأطفال العاديين، وذلك من خلال الكشف عن الفروق بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في إدراكهم لأحداث الحياة الضاغطة وكذلك الفروق بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في درجة كل من القلق والاكتئاب، ثم التعرف على العلاقة بين هذه المتغيرات لدى كل عينة على حدة، وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

1. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في إدراكهم لأحداث الحياة الضاغطة وذلك بالنسبة للضغوط الداخلية (ضغوط وقت الفراغ، والضغوط الاقتصادية وضغوط المكانة والأهمية والضغوط الأسرية والعائلية والدرجة الكلية) وكذلك بالنسبة للضغوط الخارجية (الصحية والنفسية والدرجة الكلية).
2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في مستوى القلق لدى كل منهما.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال المعاقين في درجة الاكتئاب لدى كل منهما.

وقد ترجع مثل هذه النتائج إلى أن ضغوط أحداث الحياة أصبحت شيئا عاديا بل ومن ضرورات الحياة اليومية التي نعيشها، وعدم وجود فروق إنما يدل على أن أمهات الأطفال المعاقين وأمهات الأطفال العاديين في المجتمع السعودي ينظرون إلى الضغوط نظرة

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

موضوعية بل ويواجهونها برضا وطيب خاطر نتيجة لخبرتهم الطويلة في الحياة، وهذا دليل قوى على قوة إرادتهم وتمكنهم من مواجهتها بأساليب مختلفة، إضافة إلى سعة صدورهم عند مواجهة الشدائد والضغوط في شتى صورها ولأنها قدر مكتوب ومحتوم على كل إنسان. كما يتميز المجتمع السعودي بارتفاع درجة الالتزام الديني والذي يلعب دورا كبيرا في تحمل أحداث الحياة الضاغطة بما فيها من إيجابيات وسلبيات، وهذا ما أكد عليه أحمد (1999) والذي أشار إلى أن الاستراتيجية الدينية والبنية المعرفية والتعضيد الاجتماعي والضبط الداخلي قد ارتبطت جميعها برضا أكبر عن الحياة.

4. وجود علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال المعاقين حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0.05 وموجبة

5. وجود علاقة دالة وموجبة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من القلق والاكتئاب لدى عينة أمهات الأطفال العاديين حيث كانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة 0.05 وموجبة.

وهذه نتيجة منطقية حيث أنه كلما زادت الضغوط الخارجية والداخلية لأحداث الحياة لدى الأمهات (سواء لأطفال عاديين أو لأطفال معاقين) قلت الطمأنينة لديهم وزاد عدم الاستقرار والمعاناة من المشاعر السلبية وبالتالي زاد القلق والتوتر والاكتئاب. وتتفق هذه النتائج مع نتائج العديد من الدراسات العربية والأجنبية حيث أشارت نتائج دراسة كوبازا (Kobasa & Puccetti, 1983) إلى وجود ارتباط دال موجب بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وبين المرض الجسمي والاكتئاب، وتوصلت دراسة جانيلين وبني (Ganellen & Blaney (1984) إلى وجود ارتباط موجب دال بين إدراك الضغوط وبين الاكتئاب، وبينت دراسة بيلينجز وموس (Billngs & Moos, 1984) أن الأكثر شدة في أعراض الاكتئاب أكثر تأثرا بأحداث الحياة الضاغطة كما أشارت دراسة إبراهيم (1992) إلى أن الأمراض السيكولوجية ومنها القلق والاكتئاب مرتبطة بالضغوط النفسية الشديدة والمستمرة. وأوضح عبدالمعطي (1994) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط المرتفعة وزيادة حدة الأعراض المرضية الكلينيكة: السيكوسوماتية، القلق، والاكتئاب، البارانويا، العصاب القهري، الهستيريا، توهم المرض، الأرق الليلي، الحساسية التفاعلية.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

# المراجع

## أولا: المراجع العربية:


إبراهيم، احمد إبراهيم (1992) الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الأعراض السيكوسوماتية. مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد الأول. ص ص187 – 204.

إبراهيم، عبد الستار (1998) "الاكتئاب" اضطراب العصر الحديث – فهمه وأساليب علاجه. الكويت، عالم المعرفة، العدد 239.

أحمد، نعمة عبد الكريم (1999) الاستراتيجية الدينية وأحداث الحياة الضاغطة. مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة، المجلد التاسع، العدد الرابع.

جاك س. استيورت (1996) إرشاد الأباء ذوي الأطفال غير العاديين، ترجمة: عبدالصمد الأغبري، وفريدة عبدالوهاب. المملكة العربية السعودية، مطابع جامعة الملك سعود.

الربيعة، فهد بن عبد الله (1997) الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدي عينة من طلاب وطالبات الجامعة: دراسة ميدانية، مجلة علم النفس، ع 434، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ص ص30-49.

رشاد، محمد عاطف وأبو الخير، محمد سعيد (1999) ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالاتجاه نحو الحياة لدى المتقاعدين عن العمل. المؤتمر الدولي للمسنين، مركز الإرشاد النفسي وقسم طب المسنين، جامعة عين شمس.

ريتشارد سوين (1979) علم الأمراض النفسية العقلية (ترجمة) احمد عبد العزيز سلامة دار النهضة العربية، القاهرة.

سلامة، ممدوحة (1991) الاعتمادية والتقييم السلبي للذات والحياة لدى المكتئبين وغير المكتئبين. دراسات نفسية، ك1، جـ 3، ص ص 199 – 218.

عبد الخالق، أحمد محمد (1992) قائمة القلق (ط2) الحالة والسمة، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

عبد الخالق، أحمد محمد (2001) أصول الصحة النفسية دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

عبد الفتاح، غريب (2000) مقياس بيك الثاني للاكتئاب، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

عبد المعطي، حسن مصطفي (1992) ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية. مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد 9.

عبد المعطي، حسن مصطفي (1994) ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها "دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والإندونيسي". المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 8.

عثمان، فاروق السيد (1993) أنماط القلق وعلاقته بالتخصص الدراسي والبيئة لدى طلاب الجامعة أثناء الخليج، مجلة علم النفس العدد الخامس الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.


## ثانيا: المراجع الأجنبية:


Anderson, K. (2000) Internet use among College Students: An Exploratory Study, PH. D. Rensselaer Polytechnic Inst., Tory, N.Y, available: http: // WWW. Ander. K4@Rpi.edu

Bandura, A. (1991) Social Cognitive Theory of self-regulation, Organizational Behavior and Human, Decision Processes, vol.50,PP.248-287.

Beck, A., Rush, A., Shaw, B. & Emery, G. (1981): Cognitive Therapy of Depression. New York.


PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

Behle, D. & Akers, F. (1991) Do Mothers interact Differently with Child who are Visually Impaired? Journal of Visual Impairment & Blindness, Vol. 90, No. 6, pp. 501-512.

Billings, A. & Moos, R. (1984) Coping, Stress, and Social Resources among Adults with Univocal Depression. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 46, No. 4, pp. 8 - 891.

Dohrenwend, B. (1981) Brief Historical Introduction to Research on Stressful Life Events. In B.S Dorenwend & B.P. Dorenwend (Eds.): Stressful Life Events L Their Nature and Effects, New York: Wiley.

England, B. (1981) Prospective Study of the Significance of Life Stress in the Etiology of Child Abuse. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48.

Eric, M. & Johnston, C. (1988) Parental Perception of Child Behavior Problems, Parenting self Esteem, and Mothers' Reported Stress in Younger and Older Hyperactive and Normal Children. Contemporary Reading in Child Psychology, Vol. 52, pp. 637-651.

Feeiner, R. (1984) Vulnerability in childhood: A Preventative Framework for Understanding Children's Efforts to Cope with Life Stress and Transition in MC Roberts (Eds). Prevention of Problems in Childhood, New York: John Wiley.

Fontana, A. & Dovidi, J. (1984). The Relationship Between Stressful Life Events and School Related Performances of Type A and Type B. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 52

Gad, M. & Johnson J. (1980). Correlates Adolescent Life Stress or Related to Race, SES and Levels of Perceived Social Support. Journal of Clinical Child Psychology, 9.

Ganellen, R. & Blaney, P. (1984) Hardiness and Social Support as Moderators of the Effect of Life Stress. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 47, No. 1, pp. 156-163.

Holahan, C. & Moos, R. (1985) Life and Health: Personality, Coping, and Family Support in Stress Resistance. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 49, No 3. pp. 739 – 747.

Hunt, N. (1992). Life Events and Relapse in Bipolar Affective Disorders. Journal of Affective disorders, 25.

Johnson, J. & Sarason , G. (1986) Recent Developments Research in Life Stress. In V. Hamilton and D.M. Wilburton' (Eds.), Human Stress and Cognition-. New-York: Wiley.

Johnson, S. & Robert, J. (1995). Life Events and Bipolar Disorder Implications from Biological Theories Psychological. Bulletin, 117.

Kobasa, S. & Puccetti, M. (1983) Personality and Social Resources in Stress Resistance. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 54, No. 4, pp. 839 – 850.

Lee, S. (1988) A Comparison of Stress and Martial Adjustment in Parents having Typical Young Children with handicaps and Parents having Typical Young Children, DAI. Vol. 50, No. 5, p 1275-A.

Mahoney, N. (1997) Cognitive Therapy and Research: A Question of Questions. Cognitive Therapy and Research, (1) 5 -17.

Miles, E. (1986) Construct Validity of the Parent Stress, Questionnaire for Parents of Handicapped Preschool Age Children. DAI. Vol. 42, No. 4, p. 3158-B.

Rash, R. (1997) The Path Way Between Subject's Recent Life Changes and Their Near - Future Illness Reports: Representative Results and Musicological Issues. New York: Wiley.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com

Rodriguez, M. & Murphy, E. (1997) Parenting Stress and abuse Potential in Mothers of Children with Developmental Disabilities, Child Maltreatment, Vol. 2, No. 3, pp. 245-251.

Sterling, S. (1984) Recent Stressful Life Events and Young Children's School Adjustment. American Journal of Community Psychology, 13.

Vaux, A. & Ruggiero, N. (1983) Stressful Life Change and Delinquent Behavior. American Journal of Community Psychology, 11.

Wolfe, L. (1989) Brief Report: Psychological Affects of Parenting Stress on Parents on Parents of Autistic Children, Journal of Autism and Developmental Disorders, Vol. 19, No. 1. pp. 157-164.

PDF created with pdfFactory Pro trial version www.pdffactory.com